

## **Blumenkohlsalat**

### Zutaten:

750 g Blumenkohl  
2 Tomaten  
3 Frühlingszwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
1 Bund Schnittlauch  
3 EL Weißweinessig  
3 EL Olivenöl  
Zucker  
Salz  
Pfeffer  
250 g Cocktailtomaten  
100 g Rucola

### Zubereitung:

Blumenkohl putzen, in kleine Röschen teilen und tropfnass in einen Topf 20 cm 2,3 l geben. Navigenio auf Automatik „A“ schalten. 15 Minuten Garzeit am Audiotherm eingeben, aufsetzen und drehen bis das Gemüse-Symbol erscheint.

Tomaten entkernen und würfeln. Frühlingszwiebeln putzen und fein würfeln, Schnittlauch in feine Ringe schneiden, Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.

Essig und Öl verrühren, mit Salz und Pfeffer und Zucker würzen. Cocktailtomaten halbieren.

Blumenkohl nach Ablauf der Garzeit lauwarm abkühlen lassen. Dann zusammen mit Tomaten zur Marinade geben und mischen. Salat einige Minuten ziehen lassen. Rucola putzen, etwas klein zupfen und kurz vor dem Servieren unter dem Salat heben.

**Guten Appetit!**